



Para más información sobre WIC llame:
1-800-688-7777

o

Visite al sitio de internet del WIC de Colorado:
www.cdphe.state.co.us/ps.wic/

Haz clic en "Familias de WIC" para obtener una lista de las clínicas de WIC por condado

Visite la sección "¿Soy elegible para recibir beneficios de WIC?" de la página web de WIC Nacional para la herramienta de pre selección de WIC e información de clínicas locales de WIC.

<http://www.fns.usda.gov/wic>

¿QUÉ PUEDO COMPRAR CON LOS CHEQUES DE WIC?

Es fácil usar los cheques de WIC. Sólo debe llevarlos con usted cuando haga las compras de supermercado y usarlos para obtener alimentos saludables y gratuitos, que incluyen:

- FRUTAS Y VEGETALES
- CEREALES Y GRANOS INTEGRALES
- LECHE Y QUESO
- TOFU Y BEBIDA DE SOYA
- HUEVOS
- 100% JUGO DE FRUTAS
- CREMA DE CACAHUATE Y FRIJOLES
- PESCADO ENLATADO
- ALIMENTOS PARA BEBÉ Y FÓRMULA INFANTIL SUPLEMENTARIA

¿Tiene alguna pregunta? Comuníquese con WIC hoy para saber más.

Llame a la oficina de WIC más cercana o al 1-800-688-7777.

O visite al sitio de internet del WIC de Colorado: www.coloradowic.com

Haz clic en "Familias de WIC" para obtener una lista de las clínicas de WIC por condado.

De conformidad con las leyes federales y con las políticas del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA por sus siglas en inglés), el Programa WIC tiene prohibida la discriminación con base en la raza, el color de la piel, el origen nacional, el sexo, la edad o la discapacidad del solicitante. Para presentar una queja por discriminación, dirija una carta al USDA, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue SW, Washington, DC, 20250-9410 o bien llame al (866) 632-9992 (voz) o (202) 260-1026 (local). El USDA es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.



OFRECE A LAS FAMILIAS DE COLORADO
BUENOS ALIMENTOS Y
MUCHÍSIMO MÁS

¿QUÉ ES WIC?

WIC es un programa de nutrición que proporciona cursos de nutrición, apoyo a la lactancia materna, alimentos saludables y otros servicios gratuitos a familias de Colorado calificadas. Las siglas WIC en inglés corresponden a Mujeres, Infantes y Niños (Women, Infants and Children).



¿QUÉ OFRECE WIC?

La meta de WIC es ayudar a las mujeres embarazadas o que están amamantando y a los niños menores de 5 años a mantenerse saludables. Con este fin, el programa WIC ofrece:

- Consultas de nutrición personalizadas
- Información sobre la alimentación con leche materna, apoyo y referencias.
- Cheques para comprar comida gratis y saludable para complementar lo que usted compra.
- Referencias para consultas médicas y dentales, seguro de salud, cuidado de niños, asistencia para vivienda y combustible, y otros servicios que pueden beneficiar a toda la familia

Y eso no es todo. WIC también ofrece cursos de nutrición y salud sobre diversos temas tales como: planificación de comidas, cómo mantener un peso saludable, niños melindrosos para comer, cuidados del bebé recién nacido, el trabajo y la alimentación con leche materna, y compras con base en un presupuesto.



¿PARA QUIÉN ES EL PROGRAMA WIC?

El programa WIC está destinado a todo tipo de familias: padres casados y solteros, que trabajan o no trabajan. Si usted es padre, madre, abuelo, padre o madre tutelar (foster parent) o otro tipo de tutor legal de un niño menor de 5 años, puede solicitar WIC.



Usted puede participar en WIC si:

- Vive en Colorado
- Es una mujer embarazada o está amamantando, o un niño menor de 5 años
- Sus ingresos familiares son menores que las pautas de WIC (como se muestra a continuación)

TABLA DE PAUTAS DE INGRESOS DE WIC
1 de Julio, 2013 - 30 de Junio, 2014

CANTIDAD DE PERSONAS EN EL HOGAR	ANUALES	MENSUALES	SEMANALES
1	\$21,257	\$1,772	\$409
2	28,694	2,392	552
3	36,131	3,011	695
4	43,568	3,631	838
5	51,005	4,251	981
6	58,442	4,871	1,124
7	65,879	5,490	1,267
8	73,316	6,110	1,410
Por cada miembro adicional de la familia:	+\$7,437	+\$620	+\$144

Si está embarazada, usted debe considerarse como dos personas. Para averiguar si cumple los requisitos del WIC, por favor, póngase en contacto con la clínica WIC de su localidad. Los datos para comunicarse se encuentran al reverso de este folleto.

Si usted recibe actualmente TANF, Food Stamps o Medicaid, es elegible automáticamente WIC por sus ingresos. Los niños en familias adoptivas temporales, menores de 5 años son elegibles para WIC automáticamente (foster children).

¿PUEDEN PARTICIPAR LOS HOMBRES EN WIC?

¡En WIC, los hombres son bienvenidos! WIC reconoce el importante papel que los padres, abuelos, padrastros y otros tutores desempeñan en el cuidado de los niños. Se incentiva a los padres y otras personas a cargo del cuidado de niños menores de 5 años a traer a los niños a las citas, participar de cursos sobre nutrición y salud y usar cheques de WIC en las tiendas de alimentos.

¿CÓMO SOLICITO EL PROGRAMA WIC?

Llame a la oficina del Programa WIC en su localidad para concertar una cita, o bien llame al 1800-688-7777. Algunas oficinas de WIC están abiertas a la hora de la comida del mediodía y en las tardes.

